

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 Ворон О.В.
 Дата 4.09.2023г.

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
4.09.23 Н2Д1	Завтрак: суп молочный с крупой (пшено) <u>диета</u> – каша вязкая пшённая на воде с м/р	150	200 220	148,8	198
	чай с лимоном	150	180	29	41
	хлеб	30	40	70,5	94
	итого калорийность за завтрак			248,3	333
	10-00 фрукты свежие/сок	100/100	100/100	82,6	82,6
	обед: овощи свежие (помидор)	60	70	8	12
	борщ с фасолью и картофелем	180	200	71,6	94,6
	тефтели рыбные тушённые/ <u>диета</u> –рыба отварная	60	70/80	83	97,4
	пюре картофельное	120	130	18,3	19,9
	компот из св. плодов	180	180	97,6	97,6
	хлеб ржаной	30	35	52,1	69,6
	итого калорийность за обед			330,6	391,1
	Полдник: сырники из творога/джем <u>диета-</u> мясо тушённое с капустой	50/20	100/20 150	116/10,5	310/21
	молоко кипячёное <u>диета-</u> чай с сахаром/вафли	180	180/180	102	102